

CC Casa Orlandai

ACTIVITATS FESTA MAJOR TALLERS CÀPSULES

SETEMBRE - DESEMBRE 2016

Co-gestionat per:



associacio cultural
casaorlandai

Ajuntament de
Barcelona





Actuació de Fes-te els balcons!, activitat organitzada per la Casa Orlandai a la Festa Major de Sarrià 2015.

Fotografia de Laia Tubío Terrón.

Il·lustracions del llibret de Glòria Vives

ACTIVITATS

La Casa Orlandai	pàg. 4
Entitats sòcies de l'AC Casa Orlandai	pàg. 4
Cicles: Cafès Científics	pàg. 5
Cicles: L'Imperdible del Divendres. L	pàg. 6
Cicles: Línia diàleg	pàg. 7
Cicles: Cafès Literaris. Xerrades amb AC d'Investigacions Marxistes	pàg. 8
Cicles: Matinals Infantils, Dansa en Família	pàg. 9
Cicles: Les veus de la República. L'Òpera entre Bambolines	pàg. 10
Programació especial: 5è Aniversari del Cafè Orlandai Cooperativa. Dia sense cotxes - Parking Day	pàg. 11
Programació especial: Festa Major de Sarrià a la Casa Orlandai	pàg. 12
Programació especial: Dia contra la Violència de Gènere. Festa de cloenda d'ACAFAI	pàg. 13
Exposicions: Setembre, octubre, novembre i desembre	pàg. 14
Entitats de la Casa: Sessions obertes	pàg. 15

TALLERS

Inscripcions als tallers	pàg. 16
Cultura i expressió artística	pàg. 17
Tallers artesanals. Ciència i tecnologia.	pàg. 19
Idiomes	pàg. 20
Salut, cos i ment	pàg. 21

SERVEIS

Serveis, Grups	pàg. 23
----------------	---------

CALENDARI

Setembre	pàg. 24
Octubre	pàg. 25
Novembre	pàg. 26
Desembre	pàg. 27

LA CASA ORLANDAI

Som un centre cultural que fomenta l'**art** i la creativitat, la **convivència** basada en el diàleg i el respecte, i la **transformació social** per a la construcció d'una societat més justa. Aquests són els eixos de la Casa i la participació veïnal n'és el motor. La cultura és la nostra eina i l'objectiu és dreçar un barri més crític i cívic.

L'**Associació Cultural Casa Orlandai**, constituïda per persones i entitats vinculades a Sarrià, és qui es fa càrrec d'aquest equipament municipal: un **centre cultural de gestió cívica** que creix amb la participació de tothom.

T'animem a col·laborar en les comissions i en el disseny de les activitats

- **activitats culturals**, com ara concerts, espectacles escènics, xerrades, taules rodones, cinefòrums, exposicions, etc.
- **tallers i seminaris formatius**, una oferta que s'adreça a totes les franges d'edat.
- **cessió d'espais** a aquelles entitats o grups que ho sol·licitin, segons la normativa.
- **servei d'allotjament** a les entitats sòcies.

Participa-hi!

● **fer-se soci o sòcia d'AC Casa Orlandai**

és un suport simbòlic però molt útil, per poder mantenir les activitats que es facin. Poden ser sòcies: entitats, persones o famílies.

● **comissions de treball**: pots col·laborar en la programació d'activitats, dels tallers, les exposicions, la sostenibilitat de la casa, etc., a partir de les diferents comissions especialitzades.

● **voluntariat**: la Casa Orlandai ofereix places per a voluntaris i voluntàries que vulguin col·laborar en el projecte. Els horaris i les aportacions són del tot diverses.

Informació:

A la recepció de la Casa Orlandai t'explicarem detalladament com pots participar-hi

c. de Jaume Piquet, 23

Telèfon 93 252 42 62

Correu: info@casaorlandai.cat

Web: casaorlandai.cat i

barcelona.cat/casaorlandai

Twitter: [@casaorlandai](https://twitter.com/casaorlandai)

Facebook: [casa.orlandai](https://facebook.com/casaorlandai)

ENTITATS SÒCIES DE L'AC CASA ORLANDAI

Amanida Associació | Amics i Amigues de l'Orlandai | Aniaraku Associació | Assembla Nacional Catalana, Sarrià-Sant Gervasi | Associació Artistes de Sarrià | Associació Catalana de Dansa Lliure | Associació Catalana de Dislèxia | Associació Cedre per la Promoció Social | Associació Grups, aprenentatge i salut | Barcelona Women's Network | Centre d'Estudis Carles Cardó | Ciència en Societat, Fundació Privada | Club de Patchwork | Col·lectiu d'Artistes Visuals +D3 | Col·lectiu de Dones en l'Església per la Parritat | Design For The World | El Bastó de

Sarrià | El Paper Petit | Elenc Teatral J.V. Foix | Esplai Movi de Sarrià | Famileando | Fundació Privada Centre d'Higiene Mental Les Corts | Grup de Castanyoles Casa Orlandai | Grup d'Enquadrernació | Grup de Tertúlies Fotogràfiques | Grup Punes de Coixí | Illa de l'Aire | International Women's Club Of Barcelona | La Bombeta | Nepal-Aki | Plataforma Catalana de Suport al Lobby Europeu de Dones | Reagrupament Independentista Sarrià - Sant Gervasi - Vallvidrera | Spielsamstag | Teatrerus Orlandai | Toastmasters International | Unió de Radioaficionats de Barcelona

CAFÈS CIENTÍFICS: TERTÚLIES CIENTÍFIQUES

Dimecres a les 19 h

Entrada: 2.90 € amb consumició inclosa

Enguany dediquem la tardor a xerrar sobre diferents qüestions al voltant de la possibilitat de volar. Relacionarem el vol dels ocells amb el vol dels humans gràcies a la tecnologia i, finalment, clourem el trimestre volant des del sofà, amb fàrmacs.

Organitza: Fundació Ciència en Societat



LES FANTÀSTIQUES MIGRACIONS DELS OCELLS

Dimecres 21 de setembre

Els ocells estan especialment dotats per volar i gairebé tots ho fan. Alguns volen distàncies curtes, altres espectacularment llargues. Per on passen? Com es detecten les rutes migratòries? Tots els ocells volen igual?

Amb **Sergi Sales**, ornitòleg.

LA CONQUESTA DE L'ESPAI

Dimecres 19 d'octubre

Tal com ho va somiar la ciència ficció, volar més enllà de l'estratosfera és possible. Com es gesta un projecte espacial? Quins són els avantatges dels vols tripulats? Quina necessitat hi ha d'observar des de l'espai?

Amb **Carme Jordi**, física, Universitat de Barcelona (ICCUB-IEEC).

PER QUÈ VOLEN ELS AVIONS?

Dimecres 16 de novembre

En pujar als avions, molts de nosaltres ens preguntem com és que poden volar. Quina és la força de l'aire? Com ha d'estar dissenyat un avió per aprofitar els seus fluxos? Com assoleix la velocitat necessària?

Amb **Josep Losantos**, pilot comercial d'avió i enginyer tècnic industrial.

VOLAR AMB FÀRMACS

Dimecres 14 de desembre

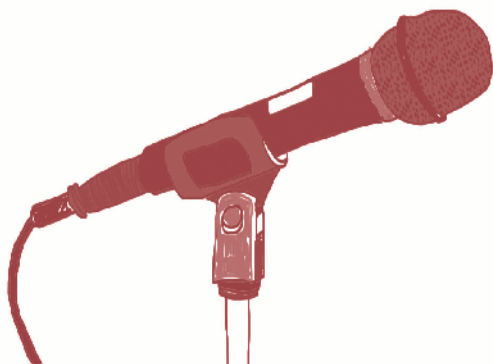
Una forma de volar diferent a la dels avions o els ocells ens la proporcionen els efectes d'alguns fàrmacs. Quina mena de substàncies ho aconsegueixen? Com aconsegueixen arribar al cervell? Quina empremta hi deixen? Per què creen addiccions?

Amb **Marta Torrens**, psiquiatra, Parc de Salut Mar-Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM).

L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES

Divendres al vespre

No sabeu on sortir a Sarrià? Ara el Cafè i la Casa Orlandai hi posen música i espectacle cada divendres. Sí, sí: CADA DIVENDRES. Al Cafè Orlandai cap divendres serà avorrit! I un cop al mes, continuarem tenint la tradicional **Alternativa de Sarrià** **A** amb concerts ben potents a la Sala Foix.



MALI I VANILI

A

Divendres 9 de setembre, 21 h

ANIVERSARI CAFÈ ORLANDAI COOPERATIVA

Música / Teatre. Un espectacle trencador amb cançons originals i plenes de matisos, diàlegs ocurrents, jocs de paraules i enormes dosis d'humor. Mali i Vanili és un duet irreverent que ens presenta la improbable història dels seus millors fracassos.

URBAN ART

Divendres 16 de setembre, 20 h

Arts plàstiques. Les galeries d'art Contrast (l'Eixample) i Aurora (Sarrià) exposen fins al 2 d'octubre les millors expressions d'arts dels carrers de Barcelona. Dos dels grafiters que hi exposen vindran a pintar en directe al Pati d'en Marcel.

NIT HELIOGÀBAL

A

Divendres 30 de setembre, 22 h

Música. L'Associació Cultural Heliogàbal regenta des de fa anys un local a Gràcia amb l'objectiu de promocionar-hi activitats artístiques i culturals. Fins ara ha organitzat 4.000 concerts i recitals poètics però fa uns mesos que ha hagut de tancar per l'amenaça de moltes inassumibles. Per continuar defensant la música i els recitals en viu, l'ACCO (Associació Cultural Casa Orlandai) els vol mostrar el seu suport: ells seran els organitzadors de la tradicional Alternativa de Festa Major, escolliran els grups que hi tocaran i junts ens farem sentir!

TARTA RELENA

Divendres 14 d'octubre, 20 h

Música. Menys és més, diuen. Dues veus amigues cantaran cançons breus, a la recerca de colors, textures, tensions i sonoritats contrastades. De la simplicitat formal vindran lletres i notes de les profunditats del mar. O del volcà.

MARINA HERLOP

Divendres 21 d'octubre, 20 h

Música. Veu i piano que captiven i arrosseguen tothom cap a una atmosfera evasiva. Avi-at podreu sentir el seu disc, però de moment veniu a gaudir del seu magnètic directe.

PÍNDOLES TEATRALS: ES BUSCA UN SEAT IBIZA I REFUGI

Divendres 4 de novembre, 20 h

Teatre. Podrem veure dues peces que van formar part del Festival Píndoles de Barcelona. **Es busca un Seat Ibiza** va ser muntat a la Casa Orlandai a través d'un projecte d'acollida.

LES SUEQUES

Divendres 11 de novembre, 21 h

Música. Les Sueques tornen a la Casa a presentar-nos el seu nou disc, que han estat gravant a Londres aquest estiu. Faldilles i soroll per tothom!

TEATRE

Divendres 18 de novembre, 20 h

Teatre. *Espectacle per determinar.* Vine un divendres més a gaudir de les arts escèniques al Cafè Orlandai.

PERFORMANCE

Divendres, 25 de novembre, 18 h

DIA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Performance / Dansa. Performance al Cafè Orlandai i posterior agrupament amb entitats

del barri per tal d'anar conjuntament cap a la manifestació del 25N.

SNOOZE

Divendres, 2 de desembre, 20 h

Música. Un grup jove i fresc de la ciutat que toca l'indie, l'electro-indie i l'spacerock. Guitarreres, veus, bateria, saxo i melòdica.

ISABEL VINARDELL & ISABEL LAUDENBACH

A

Divendres, 16 de desembre, 21 h

Música. Isabel Vinardell, excantant de Cheb Balowski, i Isabel Laudенbach han creat un duo màgic de veu i guitarra que explora el flamenc entre d'altres estils.

NADAL I ANTINADAL

A

Divendres 23 de desembre, 20 h

Poesia i monòlegs. La Maria Rovira i en Martí Sales, monoliguista i poeta respectivament i agitadors culturals tots dos, organitzen l'últim Imperdible de l'any. Celebrarem que arriba el Nadal carregats d'ironia, crítica i gamberrades.

LÍNIA DIÀLEG

Dijous a les 19 h

Espai jove de converses sobre actualitat. T'agrada que el teu punt de vista no sigui únic? T'inquieta conèixer el dels altres? Un grup de joves de l'Espai Movi de Sarrià volem iniciar un nou projecte de debat entre joves per abordar temes que ens envolten. Ens trobarem l'últim dijous de cada mes a la terrassa del Cafè Orlandai! Vine a participar-hi!

CAFÈS LITERARIS

Dimecres a les 19 h

Entrada: 2.90 € amb consumició inclosa

La biografia d'un autor ens pot donar les claus de la seva obra? Per què els lectors ens sentim tan atrets per la intimitat dels escriptors?

Dedicarem el primer trimestre del curs a parlar d'obres que investiguen la vida d'autors.

Organitza: Doll Taboll



LA MUJER EN SILENCIO. UNA BIOGRAFIA DE SYLVIA PLATH PER JANET MALCOLM

Dimecres 28 de setembre

Sobre el suïcidi de Sylvia Plath (poetessa, Boston 1932 – Londres 1963) se n'han fet moltes especulacions i s'han dedicat moltes obres. Ens centrarem en la lectura que en fa Janet Malcom que, a més, reflexiona sobre la construcció narrativa de les biografies.

Amb **Irene Pujades**, periodista cultural.

LA MORT DE MIQUEL BAUÇÀ, D'ABEL CUTILLAS

Dimecres 26 d'octubre

A partir de la mort de Bauçà (Felanitx, 1940-Barcelona, 2004) en la solitud del seu pis barceloní i del ressò que se'n va fer la premsa, l'Abel Cutillas teixeix un relat on es mesclen experiències literàries, biogràfiques i fictícies.

Amb **Abel Cutillas**, autor del llibre.

GOS. UNA BIOGRAFIA DE R.M.RILKE PER ALBERT ROIG

Dimecres 30 de novembre

Albert Roig, poeta ben conegut per tots i veí de Sarrià, ens presenta el seu últim llibre. A *Gos* s'ha submergit en la lírica i la biografia de Rilke (Praga 1875-Montreux 1926), i ha emergit amb un text que explica els significats de la poètica de l'autor praguès, que estimava més els gos-sos que les persones.

Amb **Albert Roig**, autor del llibre.

XERRADES AMB L'AC D'INVESTIGACIONS MARXISTES

Dijous 15 de setembre, 19 h:

Quin treball per al futur? Amb Lourdes Benería

Dijous 13 d'octubre, 19 h:

Perspectives de l'economia internacional.
Amb Ramón Sánchez Tabares

Dijous 10 de novembre, 19 h:

L'aigua a Barcelona: vasos comunicants entre sector públic i privat. Ponent per determinar

Dijous 1 de desembre, 19 h:

La cultura clandestina del PSUC. Amb
Gaiame Pala

MATINALS FAMILIARS

Dissabtes a les 12 h

Entrada: 2.90 €

Cicle d'espectacles de petit format per a tota la família.

2PRINCESES BARBUDES PRESENTEN *BARREJA BARBUDA*

Dimecres 5 d'octubre, 17:30 h

FESTA MAJOR DE SARRIÀ!

Una selecció dels èxits més barbutos dels discs "Cançons i rimetes", "Enciclopèdia baixeta de la nit" i "Sempre de vacances". Música pop per a tota la família interpretada amb instruments de joguina.

Espectacle per a tots els públics

10è ANIVERSARI DE VIVIM DEL CUENTU

Dissabte 29 d'octubre, 12 h

No et perdís aquest espectacle únic on els Vivim del Cuentu actuaran amb la caputxeta, prínceps, dracs, ratetes i molts més personatges que els han acompanyat durant aquests deu anys de cuentu.

Espectacle per a tots els públics

FESTUC TEATRE PRESENTA: *LA RATETA QUE ESCOMBRAVA L'ESCALETA*

Dissabte 26 de novembre, 12 h

"Rateta, rateta, tu que n'ets tan boniqueta...". Una adaptació del conegut conte de Charles Perrault que Festuc Teatre posa en escena amb els seus trets particulars: teatre, titelles i música que emocionaran a petits i grans.

Espectacle per a infants a partir de 2 anys

MARTINA ESCODA I MARTA CANELLAS: *AQUEST NEN ESTÀ A LA LLUNA*

Dissabte 17 de desembre, 12 h

El Roc és un nen que té moltes joguines, però sempre està avorrit, fins que un dia descobreix una joguina molt especial que li permetrà fer un viatge per móns i planetes impensables.

Espectacle per a infants a partir de 3 anys



DANSA EN FAMÍLIA

**Dissabtes 8 d'octubre, 12 de novembre
i 3 de desembre, a les 11:30 h**

Entrada: 2,90 €

Sessions de dansa i expressió corporal per als més menuts acompanyats d'un adult. El segon dissabte de cada mes

Amb **María Mendoza i Myrto Zarakosta**

Activitat per a infants de 3 a 6 anys

Aforament limitat a 20 persones.

Inscripcions: dansaenfamilia.matinals@gmail.com

LES VEUS DE LA REPÚBLICA

Dimecres a les 19 h

Entrada gratuïta

Les Veus de la República és un espai de debat sobre aspectes relacionats amb l'organització de la cosa pública (res pública). Ponents i ciutadania parlarem de política, sociologia, comunicació, història, economia... Des d'una perspectiva teòrica però també pràctica i vivencial.

L'EXTREMA DRETA: UNA TACA D'OLI

Dimecres 5 d'octubre

El discurs xenòfob, populista, ultranacionalista sembla que ha guanyat quotes de centralitat en la política de molts països europeus i de les institucions europees. Parlarem de les causes, dels esdeveniments i dels personatges claus. Però també mirarem si a Espanya i Catalunya el discurs ultradretà està impregnant i com. Amb **Jordi Borràs**, il·lustrador i fotògraf, i **Xavier Casals**, historiador.

VIURE I, SOBRETOT, MORIR DIGNAMENT

Dimecres 9 de novembre

Si viure dignament és un dret, no ho és menys morir, i en una societat que envelleix, aquest és un tema cada cop més rellevant. Parlarem amb la presidenta de l'Associació Dret a Morir Dignament que ens aclarirà els conceptes i també comptarem amb la visió d'un jurista. Amb **Isabel Alonso Dávila**, presidenta de l'Associació Dret a Morir Dignament, i **José María Mena**, jurista i ex-fiscal.

L'ÒPERA ENTRE BAMBOLINES

Dilluns a les 20 h

Entrada: 4.14 €

Marc Sala i Els amics de l'Òpera de Sarrià presenten una nova temporada de xerrades al voltant d'òperes que són a la cartellera d'El Gran Teatre del Liceu, dels Amics de l'Òpera de Sabadell i del Teatre de Sarrià
Organitza: Amics de l'Òpera de Sarrià

DON GIOVANNI, DE W. A. MOZART

Dilluns 10 d'octubre

Obra mestra fruit de la col·laboració de Mozart amb el llibretista Lorenzo Da Ponte, que recupera el mite del seductor Don Juan. És el primer títol de la temporada dels Amics de l'Òpera de Sabadell.

LE NOZZE DI FIGARO, DE W. A. MOZART

Dilluns 14 de novembre

Una altra obra mestra de l'anomenada "trilogia dapontiana" de Mozart. Una crítica a la aristocràcia en forma de farsa, basada en la segona novel·la de la trilogia de Beaumarchais. La podrem veure al Liceu.

ELEKTRA, DE R. STRAUSS

Dilluns 12 de desembre

Strauss i Hoffmansthal recuperen la mitologia grega per crear una de les grans òperes del s.XX. Una història de gran profunditat psicològica amb un llenguatge musical avançat i valent.

5È ANIVERSARI DEL CAFÈ ORLANDAI COOPERATIVA

Divendres 9 i dissabte 10 de setembre

Entrada gratuïta

El Cafè Orlandai Cooperativa, l'ànima del bar de la Casa, celebra els seus 5 anys amb un munt d'activitats per a tots els públics. Vine a la festa!

Divendres 9 de setembre, 21 h

L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES / L'ALTERNATIVA DE SARRIÀ: **Mali i Vanili**



Música / Teatre

Un espectacle trencador amb cançons originals i plenes de matisos, diàlegs ocurrents, jocs de paraules, lletres enginyoses i enormes dosis d'humor. Un duet irreverent que ens presenta la improbable història dels seus millors fracassos.

Dissabte 10 de setembre, tot el dia

12 h Espectacle familiar. Cafè Orlandai

13 h Ball del vermut (tapes, música i bon ambient). Pati d'en Marcel

17 h Concert de sobretaula amb **TrioCrisBru**. Pati d'en Marcel

18:30 h Els clàssics del Cafè. Micro obert amb El Pèsol Feréstec, Els Pirolaires, Josep Pedrals i Maria Rovira. Pati d'en Marcel

20 - 24 h Concert d'Aniversari amb Two Sista i concert sorpresa. Cafè Orlandai



DIA SENSE COTXES – PARKING DAY

Divendres 16 de setembre, 17 h

Durant el **Dia sense cotxes**, la plaça d'aparcament del carrer Cardenal Sentmenat serà transformada en un miniparc on tothom podrà portar-hi plantes. A partir de les 17 h, també s'hi podran deixar missatges escrits per reflexionar sobre com podem fer que Sarrià sigui més verd i amable.



**Organitza: Espai Gardenyes
i CC Casa Orlandai**

Trobaràs al nostre programa les activitats sostenibles destacades amb la icona:

FESTA MAJOR DE SARRIÀ A LA CASA ORLANDAI

Del divendres 30 de setembre al dissabte 8 d'octubre

Divendres 30 de setembre, 22 h

A

Especial L'ALTERNATIVA DE SARRIÀ: **Nit Heliogàbal**.

L'Associació Cultural Heliogàbal organitza aquest any la tradicional Alternativa de Sarrià de Festa Major a la Casa Orlandai: escollirà els grups que hi tocaran i, juntament amb l'ACCO, reivindicaran la música en directe a la ciutat!

Lloc: *Pati d'en Marcel, Casa Orlandai*



Dissabte 1 d'octubre, 12 h

Baixar de l'hort! Vermut organitzat per l'Espai Gardenyes i el Movi de Sarrià. Lloc: *Espai Gardenyes*

Diumenge 2 d'octubre:

17:30 h Fes-te els balcons! Itinerari artístic pels balcons de Sarrià.

Recorregut: *Casa Orlandai – Plaça de la Vila*

19:30 h Cantada intergeneracional. Espai de trobada per cantar aquelles cançons que han fet història. Lloc: *Plaça del Consell de la Vila*

Dimarts 4 d'octubre, 22 h

Elenc Teatral J.V. Foix presenta **Revisió anual**. La companyia de teatre, entitat de l'ACCO, presenta la seva nova obra sobre la incertesa del destí. Direcció: Carles Cuní. Lloc: *Sala J.V. Foix, Casa Orlandai*

Dimecres 5 d'octubre, 17:30 h

Concert familiar **Barreja barbuda** amb les 2PrincesesBarbudes. Una selecció dels èxits més barbuts. Música pop per a tota la família interpretada amb instruments de joguina.

Lloc: *Envelat de Festa Major, Plaça de Sarrià*

Dijous 6 d'octubre, 18 h

Macbeth pels carrers de Sarrià. Itinerari teatral: Macbeth ens descobreix tots els secrets de la seva història caminant pels carrers de Sarrià. *Punt de sortida: Casa Orlandai*

Divendres 7 d'octubre, 22:30 – 02 h

Fem pinya! Concert amb **Mares de Luna** i **Mika The Dog** organitzats conjuntament per les entitats de lleure educatiu: PACCS, AE Sant Ignasi i Esplai MOVI. Lloc: *Envelat de Festa Major, Plaça de Sarrià*

Dissabte 8 d'octubre

11 h Taller familiar de bioconstrucció, organitzat pel grup de bioconstrucció de l'Espai Gardenyes. Lloc: *Espai Gardenyes*

O's

22 h Concert de Festa Major amb **Fanfarrai** i la **Big Band de l'Antàrtida**. Dues orquestres joves que duen la festa mediterrània-balcànica allà on van. Una autèntica festa de vents i ritmes!

Lloc: *Pati d'en Marcel, Casa Orlandai*

CONCURS INSTAGRAM DE FESTA MAJOR

Durant la Festa Major pots participar amb el hashtag **#fmsarria16** i guanyar un taller gratuït a la Casa Orlandai! En trobaràs més informació al nostre web!

DIA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE

Del 10 al 25 de novembre

Al voltant d'aquesta diada reivindicativa la Casa Orlandai proposa xerrades i tallers per reflexionar en profunditat sobre la violència masclista existent a la nostra societat.

Dijous 10 de novembre a les 19:30 h

La prostitució des d'una perspectiva del dret laboral

Xerrada organitzada per la Plataforma Catalana de Suport al Lobby Europeu de Dones (entitat de l'ACCO) conjuntament amb Dones Fem (Sarrià). Amb la magistrada **Matilde Aragó**

Dijous 24 de novembre a les 19 h

Noves violències, nous imaginaris

A partir d'anuncis publicitaris, còmics, pel·lícules, videoclips i videojocs, analitzarem les lectures i representacions actuals de la violència de gènere, i descobrirem el paper dels imaginaris en el foment d'una societat més igualitària i lliure de violència vers les dones.

Un taller de **Trama Serveis Culturals**

Divendres 25 de novembre a les 18 h

L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES

Performance reivindicativa en motiu del Dia contra la violència de gènere, al Cafè Orlandai, i posterior agrupament amb altres entitats del barri per tal d'anar conjuntament cap a la manifestació del 25N.



FESTA DE CLOENDA D'ACAFAI

Dissabte 26 de novembre, 22 h

ACAFAI, l'Associació que ha estat l'ànima de Ràdio Sarrià des de fa anys, es dissol. Per acomiadar-se ofereix una vetllada de concerts per deixar la Casa plena de més records sonors.

22 h Concert amb Pocket Balls

Grup de rock sarrianenc amb influències del rock anglès i americà.

23:30 h Concert amb Blues Desfass

Grup de blues-rock amb unes gotes de psicodèlia. Basada en el pop-rock del Regne Unit dels anys 70 i 80.

EXPOSICIONS

SETEMBRE

Del 12 al 28 de setembre

MOSTRA D'ART-TERÀPIA D'ICAIME

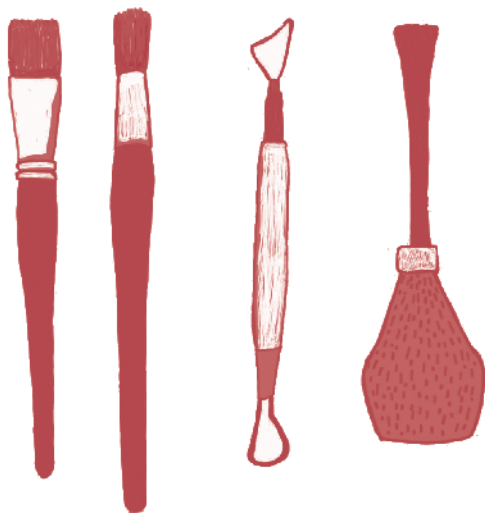
La ment dement és sorprenent: conjunt de murals plàstics fets per persones amb malaltia Alzheimer i altres demències, dins del taller d'art-teràpia que forma part del programa d'estimulació cognitiva que es du a terme a ICAIME Centre de Dia.

Organitza: ICAIME

Acte inaugural:

Dimecres 21 de setembre, 18:30 h

Coincidint amb el Dia Mundial de l'Alzheimer, inaugurarem aquesta exposició que han fet les persones usuàries de l'Institut Català d'Iniciatives per a la Memòria.



NOVEMBRE

Del 2 al 19 de novembre

AD RADICARE I ENXARXA'T

Mostra de manifestacions artístiques creades des de l'òptica d'un grup que pateix una crua realitat.

Organitzen: Centre d'acollida Assís i Centre Residencial Hort de la Vila (Sant Joan de Déu)

Activitat relacionada:

Dilluns 7 de novembre, 19 h

Sensellarisme a Sarrià? Canviant mirades

El Centre d'Acollida Assís i el Centre Residencial Hort de la Vila (Sant Joan de Déu) posaran en comú la visió de persones residents, voluntàries i professionals sobre la situació del sensellarisme a la ciutat en general i al nostre barri en concret.

NOVEMBRE I DESEMBRE

Del 21 de novembre al 8 de gener

100 ANYS DE LA LÍNIA DE FERROCARRIL DE SARRIÀ A LES PLANES

Exposició compartida amb el CC L'Elèctric de Les Planes sobre la història del Tren de Sarrià. Entre el 21 i el 30 de novembre també s'instal·larà al vestíbul una versió adaptada de l'exposició oficial dels FGC.

Activitats relacionades:

Dilluns 21 de novembre, 18 h

Acte inaugural a la Casa Orlandai

Dijous 1 de desembre, 19 h

100 anys del ferrocarril de Sarrià a Les Planes.

El túnel de Vallvidrera, xerrada de Miquel Palou

Dijous 15 de desembre, 19 h

Carlos E. Montañés, un personatge històric desconegut, xerrada de Joaquim Monclús

Organitza: Taller d'Història de Sarrià

SESSIONS OBERTES

Propostes d'activitats de les associacions i grups associats al CC Casa Orlandai, que ells mateixos organitzen i gestionen de manera coordinada amb el centre

AMICS DE LA HISTÒRIA DEL CARLISME

Dimarts 11 d'octubre, 19 h

Presentació de *La metamorfosi del carlisme català*, amb Robert Vallverdú i Martí

BANC DEL TEMPS SARRIÀ-SANT GERVASI

**Dimecres 5 d'octubre, 2 de novembre
i 7 de desembre, a les 19 h**

Taller de respiració i salut, amb Maria Roca.

Cal inscripció prèvia a:

recepcio@casaorlandai.cat

CENTRE D'ESTUDIS CARLES CARDÓ

Cada dijous, 20 h

Sessions de lectura i treball de textos sobre filosofia política: aquest curs (tots els dijous des del 22 de setembre fins al 12 de gener) estarà dedicat a la reflexió sobre l'acció humana.

Més informació: www.carlescardo.org

i www.casaorlandai.cat

DONES EN L'ESGLÉSIA

Xerrades obertes al públic sobre la situació marginal de les dones a l'església d'avui dia.

Dijous 13 d'octubre, 17:30 h:

L'Islam, un món per descobrir, amb Maria Antònia Sabater, diplomada en Teologia.

Dijous 10 de novembre, 17:30 h:

La misogínia en la història de Catalunya (comtesses, reines i abadeses), amb Roser Garriga, diplomada en teologia.

Dijous 1 de desembre, 17:30 h:

Prostitutes i prostituïdes, amb M. Pau Trayner, Dra. en Antropologia i teologia.

www.donesesglesia.cat

ELENC TEATRAL J. V. FOIX

Dimarts 4 d'octubre a les 22 h

i dissabte 19 de novembre, a les 19 h

Representació de l'obra de teatre: *Revisió anual*.

Un grup de dones es troben per casualitat en una sala d'espera. És aleshores quan la seva relació es transformarà en intensa i les seves vides faran un gir inesperat.

Direcció: Carles Cuní

PLATAFORMA CATALANA DE SUPORT AL LOBBY EUROPEU DE DONES

Dijous 20 d'octubre a les 20 h

Blancanieves: lectura de poemes d'Emma Fernández López, membre de la Plataforma Catalana de Suport al Lobby Europeu de Dones.

Dijous 10 de novembre a les 19:30 h

La prostitució des d'una perspectiva del dret laboral, amb la magistrada Matilde Aragó.

Xerrada organitzada conjuntament amb Dones Fem (Sarrià).

TALLER D'HISTÒRIA DE SARRIÀ

Dijous 15 de setembre, 20 d'octubre, 17 de novembre i 15 de desembre, a les 19 h

Tertúlies sobre la història de Sarrià, cada 3r dijous de mes. És un projecte obert a totes les entitats i particulars que desitgin integrar-s'hi. La finalitat és fer conèixer la història de Sarrià. Aquest trimestre el dediquem en part a la commemoració del centenari de la inauguració de la línia de ferrocarril entre Sarrià i Les Planes, amb exposicions i xerrades.

Impulsat pel CE Els Blaus i AC Casa Orlandai

INSCRIPCIÓ ALS TALLERS

Període d'inscripció

- **del 12 al 17 de setembre** per a persones sòcies de l'AC Casa Orlandai, i **entre el 19 i el 24 de setembre** per a antics alumnes i nou alumnat, de dilluns a dissabte d'11 a 14 h i de 17 a 21 h. Els festius no es fan inscripcions.

- La inscripció es farà efectiva un cop s'hagi abonat l'import que correspon mitjançant transferència bancària o targeta electrònica durant els tres dies següents. El torn d'inscripció és per ordre d'arribada.

- **Període lectiu:**

Inici: la setmana del **3 al 7 d'octubre**

Final: si no s'indica el contrari, la setmana del 12 al 16 de desembre

- En el cas de les **càpsules i els cursos gratuïts**, s'acceptaran inscripcions tant presencials com per correu electrònic a formacio@casaorlandai.cat fins a una setmana abans de l'inici del curs.

- **Inscripció online**, www.casaorlandai.cat, a barcelona.cat/cccasaorlandai o al Palau de la Virreina, **Oficina Tiquet Rambles**,

La Rambla, 99,
de dilluns a
diumenge de
10 a 20:30 h



Normativa d'inscripcions

- El torn d'inscripció als tallers és per rigorós ordre d'arribada. **No es podrà matricular més de dues persones a un mateix taller i grup.** El pagament s'ha de dur a terme durant el tres dies següents a la inscripció. En cas contrari, Casa Orlandai es reserva el dret d'anul·lar la inscripció.

- **Les places són limitades.** L'ordre de reserva de places seguirà l'ordre cronològic de pagament.

- Baixes: en cas de donar-se de baixa, cal comunicar-ho a recepció. **Un cop iniciats els tallers no es retornaran les quotes abonades sota cap concepte.**

- **En cas que els grups no assolixin un nombre mínim d'inscripcions, l'organització es reserva el dret d'anul·lar-los FINS A UNA SETMANA ABANS DE L'INICI D'AQUESTS i en aquest cas les quotes de matriculació seran retornades íntegrament.** Aleshores

és indispensable presentar un certificat o document bancari on consti el número de compte per fer l'abonament dintre dels 30 dies següents a la notificació de l'anul·lació del taller.

Els suplementes en concepte de material es lliuraran en efectiu al o a la tallerista a la primera sessió del taller.

Preus públics (sense IVA)

- 2.66 €/h: persones grans (majors de 60 anys o nascudes abans del 1955)
- 2.42 €/h: per a joves (de 12 a 29 anys)
- 2.42 €/h: infants (de 0 a 11)
- 4.11 €/h: tallers en general
- 5.07 €/h: especialitzats

Les persones interessades en els criteris de reducció de preus dels tallers s'han d'adreçar al Taulell d'informació de la Casa Orlandai en horari d'inscripció i sol·licitar la informació del procediment que caldrà seguir, sempre dins el període de matriculació.

CULTURA I EXPRESSIÓ ARTÍSTICA

APRÈN A ESCOLTAR ELS CLÀSSICS

Dilluns de 10:30 a 12 h

Preu: 74,60 €

Aprendrem a escoltar els grans compositors des d'una altra perspectiva, tenint com a fil conductor la història de la música.

Amb **Víctor Frigola**

DOBLE EN CATALÀ

N

Dilluns 26 de setembre

Grup A - 10 a 12 h

Grup B - 12 a 14 h

Grup C - 16 a 18 h

Gratuït

Per a públics de totes les edats i procedències. Doblarem fragments de pel·lícules de ficció, documentals i dibuixos animats, de forma molt lúdica i divertida, i posarem la nostra veu a personatges diversos.

Amb **Francesc Fenollosa**

ESCRITURA CREATIVA

A - Dijous 29 de setembre, 6, 13, 20 i 27 d'octubre, de 19 a 21 h

B - Dijous 3, 10, 17 i 24 de novembre i 1 de desembre, de 19 a 21 h

Preu: 49,73 €

Tens històries al cap i no saps com explicar-les? Et falta un final brillant per aquell conte que t'està quedant tan bé? En aquest taller aprendrem l'art de la creació literària d'una manera amena i dinàmica, escriurem relats breus de la mà de lectures d'autors consagrats.

Amb **Gina Leal**

TALLER-TROBADA DE LITERATURA LLATINOAMERICANA

N

Dimecres 2, 9, 16 i 23 de novembre, de 19 a 20:30 h

Gratuït

Petit espai pensat per als qui gaudeixen de llegir, escriure o xerrar sobre literatura compartint un mate o prenent un bon cafè. Tots junts ens apropiem a l'obra de Julio Cortázar, Clarice Lispector, Gabriel García Márquez i Valeria Luiselli en aquest taller-trobada idoni per introduir-se en els estudis literaris llatinoamericans des d'una perspectiva artística contemporània.

Amb **Edgar Díaz**

MICROPRESENTACIONS

N

Dimecres de 18 a 19:30 h

Preu: 74,60 €

T'enrotlles i no expresses res? Tens la sensació que parles molt i no dius el que realment voldries? Vine al taller de Micropresentacions orals de 3 minuts i aprendràs a sintetitzar la informació i a dir el més important, amb creativitat i dalt de l'escenari. Parlant en públic també és essencial "Less is More".

Amb **Io Valls**

PARLAR EN PÚBLIC SENSE POR

N

Dimecres de 19:30 a 21 h

Preu: 74,60 €

Els nervis fan que t'oblidis del discurs? Ets estudiant i et fan pànic les presentacions a classe? Tens una entrevista de feina i no saps com presentar-te? Pujar a l'escenari se't fa un món? T'agradaria adquirir tècniques per comunicar-te millor? Treballarem tots els elements d'una presentació personal per parlar sense por, amb creativitat i entusiasme.

Amb **Io Valls**

LA RIQUESA DE LA CULTURA MEDIEVAL

N

Dimecres de 10:15 a 11:45 h

Preu: 74,60 €

L'Edat Mitjana es desplega durant 10 segles a partir de l'ensorrament de l'Imperi Romà i l'emergència del cristianisme. Revisarem la seva riquesa cultural en l'art i la literatura: del Romànic al Gòtic, d'Agustí d'Hipona a Lluï, Dante o els trobadors. Parlarem de la recuperació de l'Edat Mitjana a l'actualitat (novel·les, pel·lícules) i de l'empremta medieval a Barcelona.

Amb **Victor Escudero**

28 de setembre: classe oberta!



PALAU, DEMOS I SANTUARIS DE LA GRECIA ANTIGA

N

Dijous de 10:30 a 12 h

Preu: 74,60 €

El món minoic i el micènic ens ha llegat la seva cultura, la forma d'entendre la vida, i els costums que varen perfilar els trets del món grec clàssic. Així es proposa un recorregut pels palaus minoics de Knossos, Gournia, Malia i Festos, i tot seguit pel món micènic: Chalandritsa, un jaciment quasi desconegut, Pleruron i Claydon, escenaris d'antics mites, Itaca l'illa de Odisseu; Micenes, seu del tot poderós Agamenon, Tirinto, la ciutat de les muralles ciclòpies, fins Argos i el seu teatre.

Amb **Lluís Bordas**

VIU EXPERIÈNCIES A TRAVÉS DEL MOVIMENT I LA DANSA

N

Dimarts de 12 a 13:30 h

Preu: 74,60 €

Amb uns primers escalfaments per posar-nos en forma, premerem el play i ens traslladarem a diferents indrets del món a través de la música. Cada persona tindrà una coreografia i tu, el temps per transformar-la i deixar fluir les teves emocions.

Amb **Conxita Gili**

Dia 27 de setembre classe oberta!

CAVALLERS I MARINERS

O's

N

Dissabte 15 d'octubre 11:30-13 h

Preu: 3,63 €

T'agraden els contes de mariners? I els de cavallers? Al taller aprendrem a fer un cavall i diferents models de vaixell perquè puguem deixar volar la teva imaginació i convertir-te en un personatge de llegenda. Si és possible, es prega que els participants portin: un mitjó desaparellat, 3 taps de suro i closques de nou. Amb **Associació mediambiental Cinerea**

Edat: de 4 a 7 anys

JOC DE PUNTERIA

N

Divendres 4 de novembre, de 18 a 19:30 h

Preu: 3,63 €

A partir de cartró i altres materials que podem trobar fàcilment al nostre voltant crearem diverses joguines per poder practicar la punteria. T'hi animes? Material que farem servir: cartró, pots de iogurt, cordill, taps de suro.

Amb **Associació mediambiental Cinerea**

Edat: de 5 a 12 anys

TALLERS ARTESANALS

TALLER DE COSTURA MANUAL

N

Dimecres 2, 9, 16, 23 i 30 de novembre, de 19 a 20:30 h

Preu: 37,30 €

Un espai dirigit a totes aquelles persones interessades en la costura bàsica i manual on practicarem diferents cosits i tècniques. Aquest taller pretén tenir un caràcter obert i flexible segons les necessitats dels participants, posant per davant la pràctica i el coaprenentatge amb la finalitat de potenciar l'autonomia i les capacitats de cadascú. Provarem de fer un moneder, una bossa de nanses o un necesser, segons el que necessitis! Amb **La Pugna**

FANZINE I IL·LUSTRACIÓ

N

Dimarts 4, 11, 18 i 25 octubre, de 19 a 21 h
Preu: 39,80 €

L'objectiu del curs és fer un fanzine d'il·lustració. A través d'exercicis pràctics de dibuix i observació crearem una narrativa per al nostre fanzine. Experimentarem amb diversos recursos, materials i possibilitats tècniques, tant en impressió com en acabats. A més parlarem sobre què és un fanzine i en veurem diversos exemples per inspirar-nos. Si tens ganes d'explicar alguna cosa i t'agrada dibuixar, aquí podràs fer el teu propi fanzine. Amb **Elena Lopez** (Lentejas Press)

Accés lliure a l'aula multimèdia

Dijous i divendres de 16 a 9 h

Si ets alumne/a d'algun curs a la Casa Orlandai, tens l'oportunitat de repassar i practicar tot allò que has anat aprenent a l'aula multimèdia; però si no ho ets, també tens a la teva disposició, el maquinari complet i dues versions de sistema operatiu (GNU/Linux i Windows) per fer-ho.

CIÈNCIA I TECNOLOGIA

Tallers amb portàtil per a joves

QUÈ HEM DE SABER PER SOBREVIURE (BÉ) A LES XARXES: COM FUNCIONEN, COM ENS CANVIEN, COM ENS AMENACEN

N

Dijous 6, 13 i 20 d'octubre 18:30 a 20:30 h
Gratuït

Apropament a les principals eines i plataformes de comunicació digital que ens han modificat la vida. Presentarem els gestors de contingut open-source (Wordpress, Blogger...), les xarxes socials, els programes per a la gestió de xarxes socials Hootsuite, streaming, podcasting, etc. Les xarxes socials poden convertir-se en eines de comunicació directes, horitzontals i amb una estratègia comunicativa pròpia, però també comporten polèmiques i problemes dels que ens hem de saber protegir.

Amb **Col·lectiu SomAtents**

Porta el teu ordinador portàtil!



ESTRATÈGIES DE FACEBOOK, TWITTER I INSTAGRAM: COM ANAR MÉS ENLLÀ DE MEMES I GATETS

N

Dijous 3, 10 i 17 de novembre, de 18:30 a 20:30 h
Gratuït

Recursos que permeten a l'usuari produir i emetre informació en un context multi mediàtic i de codi lliure. Com es generen estratègies segons objectius i perfils d'usuaris? Estudis de casos: treball en taller segons necessitats dels inscrits en el curs.

Amb **Col·lectiu SomAtents**

Porta el teu ordinador portàtil!

IDIOMES

CONVERSA EN ALEMANY

Bàsic 0: dijous de 12 a 13:30 h**Preu: 74,60 €**

Vols adquirir els coneixements més bàsics de l'alemany? Saludar, presentar-te, demanar informació o un cafè...? Es faran algunes incursions en la gramàtica. Tot i així el curs està basat en àudios i curts diàlegs escrits que t'iniciaran en la comprensió de la llengua d'una manera amena per poder tenir converses senzilles.

Continuïtat, bàsic 1: dijous de 10:30 a 12 h**Preu: 74,60 €**

Si ja tens coneixements bàsics de l'alemany, com saber presentar-te o demanar informació, aquest trimestre pots venir a millorar l'expressió oral i la comprensió auditiva. També ampliarem el vocabulari, tot parlant dels nostres interessos. Per poder fer tot això, serà necessari endinsar-nos una mica més en la gramàtica, però sempre de manera amena i sense deixar la conversa de banda.

Amb Júlia Cànovas

CONVERSA EN ANGLÈS

A: dimarts de 17:30 a 19 h**Nivell bàsic:** comences amb l'anglès?

Aprèn a mantenir una conversa.

B: dimarts de 19 a 20:30 h**Nivell mitjà 1:** consolida la teva base d'anglès i reforça'l.**C: dilluns de 17:30 a 19 h****Nivell mitjà 2:** practica el teu anglès i aprèn a expressar-te millor.**D: dilluns de 19 a 20:30 h****Nivell avançat:** desenvolupa la teva capacitat d'expressar-te com si fossis un nadiu.**Preu: 74,60 €**

Tot passant una bona estona, mantén i millora el teu anglès a partir de converses, temes intergeneracionals, lectures i pel·lícules relacionades amb els diferents països de la cultura anglosaxona.

Suplement material: 3 €**Amb Benedict Taillard**

CONVERSA EN FRANCÈS

A: dimecres de 19 a 20:30 h (bàsic)**B: dimecres de 16 a 17:30 h (nivell mitjà 1)****B: dimecres de 17:30 a 19 h (nivell mitjà 2)****C: dijous de 12 a 13:30 h (avançat)****Preu: 74,60 €****Venez améliorer votre niveau de conversation!**

Conversa per a treure el màxim rendiment dels teus coneixements i gaudir de la cultura francesa i francòfona, a partir d'articles de premsa, texts, cançons, debats, reportatges...

Suplement material: 3 €**Amb Stéphanie Pimet**

CONVERSA EN ITALIÀ MIG

Dimecres de 10:30 a 12 h

Preu: 74,60 €

Aprèn les bases de la llengua italiana, la llengua de la cultura, de la música, de l'art! L'objectiu del curs és desenvolupar la comprensió i practicar la comunicació als diversos nivells. Des de presentar-se o demanar informació, fins a apreciar la cuina italiana o debatre articles d'interès.

Suplement material: 3 €

Amb **Paola Grieco**

L'ITALIÀ EN 5 PEL·LÍCULES

Dimecres de 12 a 13:30 h

Preu: 74,60 €

Avançat. Estudiarem l'idioma fent servir el cinema com a instrument. Parlarem dels autors dels films i observarem, amb detall, els diàlegs més complicats. Finalment parlarem de les pel·lícules i debatrem els temes més interessants.

Suplement material: 3 €

Amb **Paola Grieco**

CONVERSA EN CATALÀ

Dijous de 19 a 20 h

GRATUÏT

Acabes d'arribar i encara no et fas entendre en català? Ja fa anys que ets aquí però no t'atreveixes a parlar aquesta llengua? Perd la por i agafa confiança. Cada llengua és un món nou. Prova-ho!

Amb **Anna Presas**

CONVERSA EN CASTELLÀ

N

Dijous de 19 a 20 h

GRATUÏT

Amb **Anna Presas** del Banc del Temps

SALUT, COS I MENT

IOGA

A: dimecres 18:30 a 20 h

B: dimecres 20 a 21:30 h

C: dijous 10:30 a 12 h

Preu: 74,60 €

A través del silenci, la respiració, la dansa, la vibració de la veu i els estiraments, el ioga ens aporta calma i harmonia interna.

Una eina d'autoconeixement, de canvi per generar patrons que ens apropin al benestar. Un espai per compartir, créixer i transportar benestar al nostre dia a dia.

Amb **Berta Clavera**

IOGA AMB SUPORTS

A: dilluns de 12 a 13:30 h

B: divendres 10:30 a 12 h

Preu: 39,90 € / GENT GRAN

Tens tendència a portar una vida sedentària? Doncs això s'ha acabat! Acull amb un gran somriure aquesta activitat basada en l'Hatha ioga. L'activitat suau i harmònica t'ajudarà a millorar la mobilitat, la respiració... a incrementar l'atenció i alliberar tensions.

Amb **Yoonah Kim**

IOGA AMB CADIRA

Divendres de 12:30 a 13:30 h

Preu: 49,73 €

Estàs assegut/da moltes hores i et fa mal l'esquena? Tens la sensació de viure contrarellotge? No importa la teva edat ni la teva condició física, només necessites una cadira per recuperar el somriure. Per a totes les edats, no és necessària cap experiència prèvia.

Amb **Gerard Oncins**

MEDITACIÓ: L'ATENCIÓ PLENA

Dimarts 10:15 a 11:45 h

Preu: 74,60 €

Viure amb l'atenció plena és viure al moment present: la meditació ens ensenya a buidar, descansar i aclarir la ment, a reduir la tensió nerviosa i a equilibrar les emocions.

Aprendrem a centrar la nostra atenció en el que fem a cada moment així com a rebutjar els automatismes i a desenvolupar un estil de vida autoconscient.

Amb **Yoonah Kim**



ESTIRAMENTS BÀSICS PER LA SALUT

Dilluns 19:45 a 20:45 h

Preu: 49,73 €

Per sentir-te a gust amb el teu cos és important mantenir-ne la mobilitat. Farem una classe d'estiraments per millorar la postura corporal i no perdre l'agilitat.

Amb **Conxita Gili**

TONIFICA'T AMB ELS ABDOMINALS HIPOPRESSIUS

Dijous de 12:30 a 13:30 h

Preu: 49,73 €

Els abdominals hipopressius són preventius per a la salut i l'activitat física atès que disminueixen la pressió a la panxa, estableixen la columna vertebral i desenvolupen la resistència muscular. Tinguis l'edat que tinguis, pots fer-los!

Talleristes d'**Air Active**

AIRTONO TREN INFERIOR

N

Dijous de 13:30 a 14:30 h

Preu: 49,73 €

Treballarem el tren inferior del cos de forma saludable, tonificant tots els músculs amb el propi pes i amb exercicis que millorin la postura corporal, aprenent a estirar la musculatura d'aquesta zona. Educa el teu cos, respira correctament i allibera tensions.

Talleristes d'**Air Active**

GESTIÓ DE L'ESTRÈS I ENTRENAMENT A LA RELAXACIÓ

N

Dilluns de 15 a 16:30 h

Preu: 74,60 €

L'estrès ens afecta a totes i tots diàriament i actualment és un factor important en els problemes de salut. En aquest taller a més d'aprendre què és l'estrès i com reconèixer-lo, descobrirem i practicarem tècniques efectives de gestió de l'estrès i d'entrenament a la relaxació, amb exercicis que podràs aplicar tu mateix, tan a casa com a la feina, a l'autobus, al dentista...

Amb **Benedict Taillard**

CAFÈ ORLANDAI

De dilluns a divendres de 8:30 a 22 h

Dissabtes d'11 a 21 h

Diumenges TANCAT

Servei de cafeteria al bell mig de Sarrià, amb espais interiors i exteriors, tapes, "platillos" i entrepans, serveis per a grups, activitats...
cafeorlandai.cat, cafeorlandai@gmail.cat

PUNT D'INFORMACIÓ

Punt d'informació del districte Sarrià-Sant Gervasi.
recepcio@casaorlandai.cat

CESSIÓ D'ESPAIS

Per a entitats, grups professionals o empreses que necessitin fer ús d'un espai per organitzar reunions, conferències i/o jornades, cursos i concerts. Consulteu-ne condicions al web.
espais@casaorlandai.cat

ALLOTJAMENT D'ENTITATS

Servei d'allotjament a les entitats sòcies.
entitats@casaorlandai.cat

ESPAI WI-FI

Espai WI-FI per tal que us pugueu connectar a Internet lliurement des dels vostres portàtils.

BANC DEL TEMPS SARRIÀ - SANT GERVASI

Funcionem creant xarxes socials d'ajuda mútua basades en la reciprocitat.
Dimarts i dijous d'11 a 13 i de 17:30 a 19:30 h
bancdeltemps@casaorlandai.cat

PUNT D'INTERCANVI DE LLIBRES

Al vestíbul principal de la Casa Orlandai: renova/recicla/intercanvia els teus llibres.
(Porta-n's un i agafa'n un altre)



CLUB DE PATCHWORK

Dilluns de 17 a 20 h

A les nostres classes de Patchwork, cadascú dissenya el seu projecte intentant orientar-lo cap a l'estètica i l'harmonia. Es desenvolupen les capacitats de creació i d'expressió artística.

GRUP DE CASTANYOLES

Dimecres de 16:30 a 18:30 h

El grup de Castanyoles Orlandai convida, per a qui no ens conegui, a compartir el plaer de tocar aquests petits instruments fets d'un material tan noble i càlid com és la fusta. A més de passar-nos-ho bé, farem música i aprendrem el mètode Maleras. Animeu-vos-hi!!

GRUP DE DANSA LLIURE

Dijous de 18 a 20:30 h

Vine amb roba còmoda i disposa't a deixar-te portar pels seus moviments de la natura.
Organitza: Associació Catalana de Dansa Lliure

GRUP DE PUNTES DE COIXÍ

Divendres de 10:30 a 13 h

Vols fer puntes? Fem servir l'antiga tècnica de les puntes de coixí, realitzant treballs actuals, creatius i personalitzats, a més d'utilitzar els nous materials que ofereixen les noves tecnologies.

GRUP D'ENQUADERNACIÓ

Dimarts d'11 a 13 h

Aprèn a cosir i encolar, a posar noves cobertes i elements decoratius personalitzats. Si t'agrada restaurar llibres antics o deteriorats i donar-los vida o si vols fer un disseny propi, aquest és el teu grup!

GRUP DE TERTÚLIES FOTOGRÀFIQUES

Dimarts de 19 a 21 h

Grup obert a tots els aficionats a la fotografia. Comentarem les nostres pròpies fotografies fent-ne una crítica constructiva.

PARELLES LINGÜÍSTIQUES

Si sempre has volgut aprendre a parlar català, no et deixis perdre aquesta oportunitat que t'ofereix el programa de Voluntariat per la Llengua.
Organitza: Centre de Normalització Lingüística

CALENDARI

SETEMBRE

DIVENDRES 9	21 h	ANIVERSARI CAFÈ ORLANDAI COOPERATIVA: Mali i Vanili (Música/Teatre)
DISSABTE 10	Tot el dia	ANIVERSARI CAFÈ ORLANDAI COOPERATIVA: 12 h Espectacle familiar 13 h Ball del vermut (tapes, música i bon ambient). 17 h Concert de sobretaula. 18:30 h Els clàssics del Cafè. Micro obert amb El Pèsol Feréstec, Els Pirolaires, Josep Pedrals i Maria Rovira. 20 - 24 h Concert d'Aniversari amb Two Sista i Quòrum.
DIMECRES 14	19 h	Presentació de SIMBIN . Un nou projecte d'economia solidària.
DIJOUS 15	19 h	XERRADES AMB L'A.C. D'INVESTIGACIONS MARXISTES: Quin treball per al futur? Amb Lourdes Benería
DIJOUS 15	19 h	TALLER D'HISTÒRIA DE SARRIÀ. Reunió mensual
DIVENDRES 16	17 h	DIA SENSE COTXES – PARKING DAY al carrer Cardenal Sentmenat.  <i>Organitza: Espai Gardenyes i CC Casa Orlandai</i>
DIVENDRES 16	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Urban Art (Arts plàstiques)
DIMECRES 21	18:30 h	DIA MUNDIAL DE L'ALZHEIMER. Acte inaugural de la mostra d'art-teràpia del centre ICAIME: La ment dement és sorprenent.
DIMECRES 21	19 h	CAFÈS CIENTÍFICS: Les fantàstiques migracions dels ocells, amb Sergi Sales, ornitòleg. Entrada: 2,90€
DIJOUS 22 i 29	20 h	CENTRE D'ESTUDIS CARLES CARDÓ: Sessions sobre filosofia política
DIMARTS 27	19 h	COM VOLEM EL NOU PLA ESPECIAL DEL PARC DE COLLSEROLA? Amenaces i reptes de futur, amb Josep Moner (Plataforma cívica en defensa de Collserola). <i>Organitza: 15M Sarrià - Sant Gervasi</i>
DIMECRES 28	19 h	CAFÈS LITERARIS: <i>La mujer en silencio</i> . Una biografia de Sylvia Plath per Janet Malcolm. Amb Irene Pujades, periodista cultural. Entrada: 2,90 €
DIJOUS 29	18:15 h	DANSA LLIURE. Sessió oberta
DIJOUS 29	20 h	JAZZ CLASS JAM. Concert amb solistes de la Locomotora Negra i de la Fundació Jazz Clàssic. Entrada: 4,14€
DIVENDRES 30	22 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ / L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Nit Heliogàbal (Música) 

LLEENDA:
FESTA MAJOR = activitat destacada
CAFÈS LITERARIS = cicle
BANC DEL TEMPS = programació de les entitats o grups de la Casa

OCTUBRE

DISSABTE 1	12 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ: Baixar de l'hort! Vermut a l'Espai Gardenyes 
DIUMENGE 2	17:30 h 19:30 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ: Fes-te els balcons! Cantada intergeneracional, plaça del Consell de la Vila
DIMARTS 4	22 h	ELENC TEATRAL J.V. FOIX presenta <i>Revisió anual</i>
DIMECRES 5	17:30 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ / MATINALS FAMILIARS: 2princesesbarbudes presenten Barreja barbuda, Envelat de Festa Major, plaça de Sarrià
DIMECRES 5	19 h	BANC DEL TEMPS: Taller de respiració i salut
DIMECRES 5	19 h	LES VEUS DE LA REPÚBLICA: L'extrema dreta: una taca d'oli, amb Jordi Borràs, il·lustrador i fotògraf, i Xavier Casals, historiador
DIJOUS 6	18 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ: Macbeth pels carrers de Sarrià
DIJOUS 6, 13, 20 i 27	20 h	CENTRE D'ESTUDIS CARLES CARDÓ: Sessions sobre filosofia política
DIIVENDRES 7	22 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ: Fem pinya! Concert amb Mares de Luna i Mika The Dog, Envelat de Festa Major, Plaça de Sarrià
DISSABTE 8	11:30 h	DANSA EN FAMÍLIA. Entrada: 2,90€
DISSABTE 8	11 h 22 h	FESTA MAJOR DE SARRIÀ: Taller de bioconstrucció, Espai Gardenyes Concert de Festa Major amb Fanfarrai i la Big Band de l'Antàrtida 
DILLUNS 10	20 h	L'ÒPERA ENTRE BAMBOLINES. <i>Don Giovanni</i> , de W.A. Mozart. Preu: 4,14 €
DIMARTS 11	19 h	AMICS DE LA HISTÒRIA DEL CARLISME: Presentació de <i>La metamorfosi del carlisme català</i> , amb Robert Vallverdú i Martí
DIJOUS 13	17:30 h	DONES EN L'ESGLÉSIA: L'Islam, un món per descobrir, amb M. A. Sabater
DIJOUS 13	19 h	AC D'INV. MARXISTES: Perspectives de l'economia internacional
DIVENDRES 14	20h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Tarta Relena (Música)
DIMECRES 19	19 h	CAFÈS CIENTÍFICS: La conquesta de l'espai, amb Carme Jordi. Preu: 2.90 €
DIJOUS 20	19 h	TALLER D'HISTÒRIA DE SARRIÀ. Reunió mensual
DIJOUS 20	20 h	PS LOBBY EUROPEU DE DONES: <i>Blancanieves</i> , d'Emma Fernández López
DIVENDRES 21	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES. Marina Herlop (Música)
DISSABTE 22	11-14 h	OPEN HOUSE BARCELONA, el dissabte 22 i el diumenge 23, d'11 a 14 h
DIMECRES 26	19 h	CAFÈS LITERARIS: <i>La mort de Miquel Bauçà</i> , d'Abel Cutillas. Preu: 2.90 €
DIJOUS 27	18:15 h	DANSA LLIURE. Sessió oberta
DISSABTE 29	12 h	MATINALS FAMILIARS: 10è Aniversari de Vivim del Cuentu

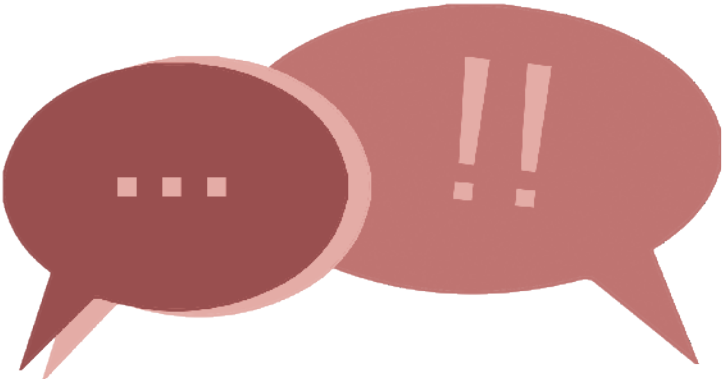
CALENDARI

NOVEMBRE

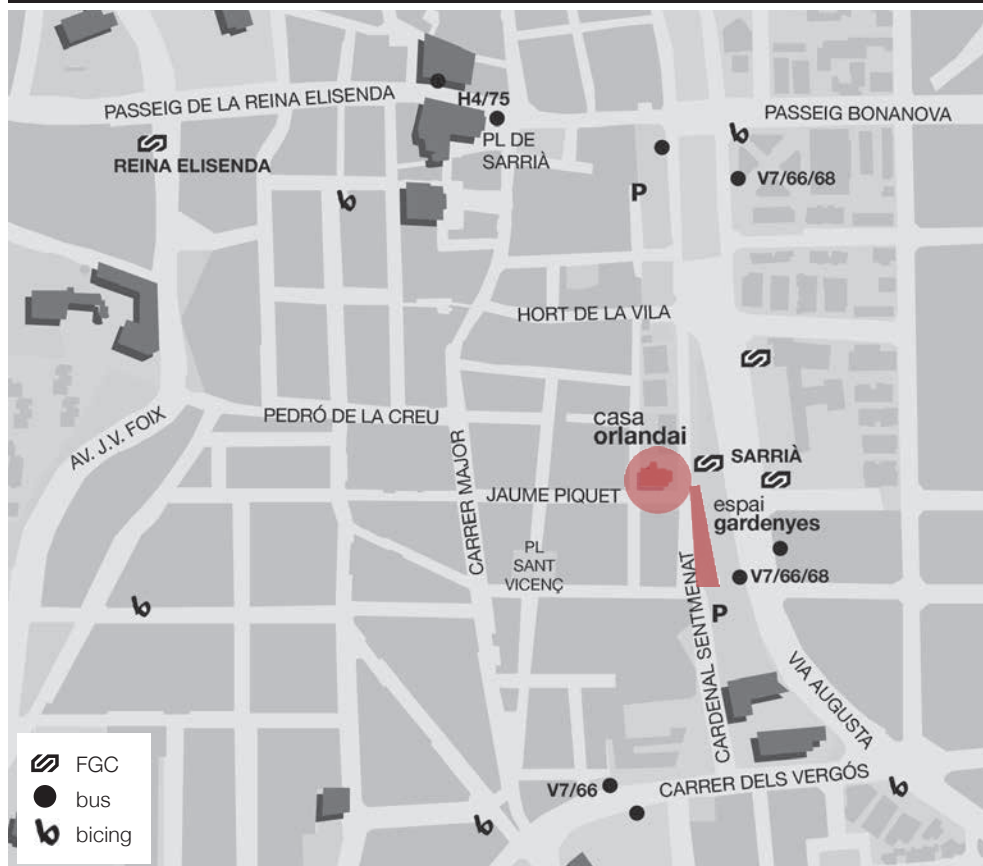
DIMECRES 2	19 h	BANC DEL TEMPS: Taller de respiració i salut
DIJOUS 3, 10, 17 i 24	20 h	CENTRE D'ESTUDIS CARLES CARDÓ: Sessions sobre filosofia política
DIVENDRES 4	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Píndoles Teatral: <i>Es busca un Seat Ibiza i Refugi</i> (Teatre)
DILLUNS 7	19 h	SENSELLARISME A SARRIÀ? amb Centre d'Acollida Assís
DIMECRES 9	19:30 h	LES VEUS DE LA REPÚBLICA: Viure i, sobretot, morir dignament, amb Isabel Alonso Dávila (A. Dret a Morir Dignament), i José María Mena, ex-fiscal
DIJOUS 10	17:30 h	DONES EN L'ESGLÉSIA. La misogínia en la història de Catalunya
DIJOUS 10	19 h	AC D'INV. MARXISTES: L'aigua a Barcelona
DIJOUS 10	19:30 h	DIA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE / PCS AL LOBBY EUROPEU DE DONES: La prostitució des d'una perspectiva del dret laboral (xerrada)
DIVENDRES 11	tot el dia	RENOVA LA TEVA ROBA: Recollida de roba, de l'11 al 17 de novembre 
DIVENDRES 11	21 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Les Sueques (Música) 
DISSABTE 12	11:30 h	DANSA EN FAMÍLIA. Entrada: 2,90 €
DISSABTE 12	18 h	DIA MUNDIAL DE LA INFÀNCIA. Concert de l'orquestra de flautes Musicus
DILLUNS 14	20 h	L'ÒPERA ENTRE BAMBOLINES <i>Le nozze di Figaro</i> , de W.A. Mozart. 4,14 €
DIMECRES 16	19 h	CAFÈS CIENTÍFICS: Per què volen els avions? amb Josep Losantos. 2.90 €
DIJOUS 17	19 h	TALLER D'HISTÒRIA DE SARRIÀ. Sessió mensual
DIVENDRES 18	18-20 h	RENOVA LA TEVA ROBA: Dia de l'intercanvi 
DIVENDRES 18	18 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Espectacle per determinar (Teatre)
DISSABTE 19	19 h	ELENC TEATRAL J.V. FOIX presenta <i>Revisió anual</i>
DILLUNS 21	18 h	Acte inaugural de les exposicions 100 ANYS DEL TREN DE LES PLANES
DIJOUS 24	18:15 h	DANSA LLIURE. Sessió oberta
DIJOUS 24	19 h	DIA CONTRA LA VIOLÈNCIA DE GÈNERE: Noves violències, nous imaginaris. Un taller de Trama Serveis Culturals
DIVENDRES 25	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Dia Contra la Violència de Gènere
DISSABTE 26	12 h	MATINALS FAMILIARS: Festuc Teatre <i>Carretó de contes</i> . Entrada: 2.90 €
DISSABTE 26	21 h	FESTA CLOENDA D'ACAFAI: Concerts amb Pocket Balls i Blues Desfass
DIMECRES 30	19 h	CAFÈS LITERARIS: Gos, per Albert Roig. Entrada: 2.90 €

DESEMBRE

Dijous 1	17:30 h	DONES EN L'ESGLÉSIA: Prostitutes i prostituïdes, amb M. Pau Trayner
Dijous 1	19 h	AC D'INV. MARXISTES: La cultura clandestina del PSUC, amb Giaime Pala
Dijous 1	19 h	100 anys de la línia de Sarrià a les Planes, xerrada amb Miquel Palou
Dijous 1, 15 i 22	20 h	CENTRE D'ESTUDIS CARLES CARDÓ: Sessions sobre filosofia política
Divendres 2	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES: Snooze (Música)
Dissabte 3	11:30 h	DANSA EN FAMÍLIA. Entrada: 2,90 €
Dimecres 7	19 h	BANC DEL TEMPS: Taller de respiració i salut
Dilluns 12	20 h	L'ÒPERA ENTRE BAMBOLINES. <i>Elektra</i> , de R. Strauss. Entrada: 4,14 €
Dimarts 13	19 h	ASSEMBLEA DE TARDOR de L'Associació Cultural Casa Orlandai
Dimecres 14	19 h	CAFÈS CIENTÍFICS: Volar amb fàrmacs, amb Marta Torrens. Entrada: 2.90 €
Dijous 15	19 h	TALLER D'HISTÒRIA DE SARRIÀ: Carlos E. Montañés, un personatge històric desconegut, xerrada de Joaquim Monclús
Divendres 16	21 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES. Isabel Vinardell & Isabel Laudenbach (Música) A
Dissabte 17	12 h	MATINALS FAMILIARS: Martina Escoda i Marta Canellas presenten <i>Aquest nen està a la lluna</i> . Entrada: 2.90 €
Divendres 23	20 h	L'IMPERDIBLE DEL DIVENDRES. Nadal i antinadal (Poesia i monòlegs) A



MAPA



ADREÇA

C/ Jaume Piquet, 23, 08017 Barcelona
Telèfon: 93 252 42 62 Fax: 93 205 84 03
Web: casaorlandai.cat
barcelona.cat/cccasaorlandai
Correu-e: info@casaorlandai.cat
facebook.com/casaorlandai
twitter.com/casaorlandai

HORARIS

De dilluns a divendres: 10 a 22 h
Dissabtes: 11 a 14 h, 16 a 21 h

CAFÈ ORLANDAI:

De dilluns a divendres: 8:30 a 22 h
Dissabtes: 11 a 21 h, diumenges TANCAT
Telèfon: 93 119 00 37

A 10 minuts de plaça Catalunya, i no té pèrdua!